

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pegawai wanita Balai Besar Bahan dan Barang Teknik dan analisis yang didukung teori-teori yang melandasi, serta hasil pembahasan pada bab-bab sebelumnya, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan terdapat hasil analisis regresi linear berganda *Work Family Conflict* (X_1) terhadap Stres Kerja (Y) pada tabel 4.11 yang dihasilkan, bahwa t_{hitung} mendapatkan nilai sebesar 0,245 sedangkan diketahui sebelumnya bahwa t_{tabel} adalah 1,66 maka $t_{hitung} < t_{tabel}$ berarti H_a ditolak dan H_o diterima. H_o diterima memiliki arti bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara *Work Family Conflict* (X_1) terhadap Stres Kerja (Y), dengan signifikansi sebesar $0,808 > 0,05$, dan dihasilkan juga bahwa *Work Family Conflict* berkontribusi paling kecil terhadap Stres Kerja dengan nilai β sebesar 0,025, dibandingkan Lingkungan Kerja.
2. Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan terdapat hasil analisis regresi linear berganda Lingkungan Kerja (X_2) terhadap Stres Kerja (Y) pada tabel 4.11 yang dihasilkan, bahwa t_{hitung} mendapatkan nilai sebesar 5,970 sedangkan diketahui sebelumnya bahwa t_{tabel} adalah 1,66 maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ berarti H_o ditolak dan H_a diterima. H_a diterima memiliki arti bahwa terdapat pengaruh signifikan antara Lingkungan Kerja (X_2) terhadap Stres Kerja (Y), dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$ dan nilai β sebesar 0,616.

3. Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan terdapat hasil Uji F *Work Family Conflict* (X_1) dan Lingkungan Kerja (X_2) secara simultan terhadap Stres Kerja (Y) pada Tabel 4.12 Pengujian Hipotesis (Uji F) yang dihasilkan, bahwa F_{hitung} mendapatkan nilai sebesar 17,856 sedangkan diketahui sebelumnya bahwa F_{table} adalah 3,15 maka $F_{hitung} > F_{table}$ berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. H_0 ditolak memiliki arti bahwa terdapat pengaruh signifikan antara *Work Family Conflict* (X_1) dan Lingkungan Kerja (X_2) secara simultan terhadap Stres Kerja (Y), dengan signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu, H_0-3 dalam penelitian ini ditolak dan sebaliknya H_a-3 diterima, berarti kedua variabel X (*Work Family Conflict* dan Lingkungan Kerja) secara simultan mempengaruhi variabel Y (Stres Kerja). Dan juga dihasilkan Uji Koefisien Determinasi (R^2) dari *Work Family Conflict* (X_1) dan Lingkungan Kerja (X_2) secara simultan terhadap Stres Kerja (Y) sebesar 37,7 %. sedangkan sisanya (62,3 %) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah disampaikan penulis, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. *Work family conflict* tidak berpengaruh signifikan terhadap Stres kerja. H_0 satu pada penelitian ini diterima. Artinya *Work family conflict* yang terdapat pada Balai Besar Bahan dan Barang Teknik tidak memberikan tingkat Stres kerja yang tinggi dikalangan pegawai wanita Balai Besar Bahan dan Barang Teknik jika *work family conflict* nya tinggi. Sehingga peneliti menyarankan kepada

perusahaan atau kepada semua pihak yang akan melakukan jenis penelitian yang sama, untuk meneliti variabel yang mempengaruhi Stres kerja agar dapat mengetahui hal apa saja yang mempengaruhi Stres kerja untuk menghindari stres pada pegawai.

2. Lingkungan kerja berpengaruh signifikan terhadap Stres kerja. Ha dua pada penelitian ini di terima. Artinya Lingkungan kerja terdat Balai Besar Bahan dan Barang Teknik memberikan tingkat Stres kerja yang tinggi dikalangan pegawai wanita Balai Besar Bahan dan Barang Teknik . Selanjutnya Balai Besar Bahan dan Barang Teknik harus mampu meningkat kenyamanan Lingkungan kerja pada Balai Besar Bahan dan Barang Teknik guna menurunkan tingkat Stres kerja melalui indikator-indikatornya agar mampu membuat nyaman para pegawai. Ditinjau dari perspektif teoritis, penelitian ini semakin menambah panjang deretan yang memperkuat teori dimana Lingkungan kerja berpengaruh signifikan terhadap Stres kerja dan memberikan kontribusi paling besar dibandingkan dengan Work Family Conflict. Saran teoritis dari peneliti adalah mencari variabel yang mempengaruhi lingkungan kerja yang memberikan kontribusi paling besar terhadap Stres kerja.
3. Secara simultan *Work family conflict* dan lingkungan kerja memberikan pengaruh signifikan terhadap Stres kerja. Ha tiga pada penelitian ini diterima. Artinya *Work family conflict* dan lingkungan kerja yang ada di Balai Besar Bahan dan Barang Teknik memberikan kontribusi terhadap Stres kerja dikalangan pegawai wanita di Balai Besar Bahan dan Barang Teknik.

Selanjutnya Balai Besar Bahan dan Barang Teknik harus memiliki setrategi untuk mengurangi Stres kerja agar para karyawan tidak mengalami stres.

